

Selbstverteidigungs-Lehrgang mit Thomas Wernet, 6.Dan TKD

Thomas Wernet: 6. Dan TKD, 4.Dan Ju-Jutsu,

Th. Wernet ist in Baden-Württemberg als Selbstverteidigungsexperte bekannt. Er praktiziert und trainiert seit Jahren verschiedene Kampfsportarten und SV-Stile, unter anderem Ju-Jutsu. Im Bereich Selbstverteidigung gilt er als ein sehr erfahrener Experte. Seine realitätsbezogenen Trainingsmethoden zeichnen sich durch Vielseitigkeit aus. In der praktischen Anwendung erfolgte die Reduzierung auf eine äußerst effektive und praxisorientierte, realitätsnahe Selbstverteidigung.

Ort: Alamannenhalle, Im Roten Feld 39, 73466 Lauchheim
Parkmöglichkeiten: an der Halle

Datum: Samstag, den 06. Oktober 2018

Ablauf:

Teil I	09.30 - 11.30 Uhr	Allgemeine Grundlagen Stand, Haltung, Schlagübungen Schrittarbeit, Hebeltechniken Verteidigung gegen allgem. Angriffe (ohne Waffen)
Teil II	12.30 - 14.30 Uhr	Verteidigung gegen allgem. Angriffe (ohne Waffen)

Ziel des Lehrgangs ist es, den Teilnehmern einfache, aber sehr effektive Abwehrtechniken, gegen alle denkbaren Fass- und Klammerangriffe zu vermitteln.
Lehrgangsziel ist die Abdeckung des kompletten Prüfungsprogramms der DTU gegen allgemeine Angriffe ohne Waffen.

Teilnehmer: keine Graduierung erforderlich , Jedermann/Frau

Gebühr: 20 € für Erwachsene und 15 € für Jugendliche bis 14 Jahre, zu zahlen vor Lehrgangsbeginn. Bitte DTU-Pass mitbringen!

Anmeldung: Bitte bis spätestens 01.10.2018 per **e-mail** an:
info@sportstudio-lavital.de
mit Angabe von: Verein, Name, Vorname, Alter und Graduierung

Ausrüstung: unbedingt Schlagpolster (Coaching-Mitt) pro Teilnehmer mitbringen!!! ggf. WTF-Wettkampfhandschuhe

Haftung: Der Veranstalter übernimmt keinerlei Haftung für Personen- und Sachschäden
Mit der Anmeldung erkennt der Teilnehmer den Haftungsausschluss an!

Der Lehrgang wird bei kompletter Teilnahme mit 4 UE zur Trainer C-B-Ausbildung der TUBW anerkannt!

Taekwondoverein Lauchheim 2015 e.V.

Hermann Dilger, 3.Dan Taekwondo.

Tel.:0176/294 827 98 info@sportstudio-lavital.de